



儿童遇上甲流 教您几招巧应对

近期“甲流”多发，引发不少家长担忧。那么，感染甲流后有什么症状？如何预防和治疗？记者采访了我市城区两家医院的医生，进行详细的解答。



潍坊市妇幼保健院儿内二科主任李丽

接种流感疫苗是预防最有效手段，养成良好卫生习惯

1

潍坊市妇幼保健院儿内二科主任李丽表示，接种流感疫苗是预防流感最有效的手段，可降低接种者罹患流感 and 发生严重并发症的风险。

家长平时要给孩子养成良好的卫生习惯，如：勤洗手、保持环境清洁和通风；在流感流行季节，尽量少去人群密集场所活动；保持良好的呼吸道卫生习惯，咳嗽或打喷嚏时，用上臂或纸巾、毛巾等遮住口鼻，咳嗽或打喷嚏后洗手，尽量避免触摸眼睛、鼻或口。

此外，家长也可在医生指导下给孩子使用药物防治。如奥司他韦等抗病毒药，能阻止流感病毒在人体内复制，降低致病性，减轻流感症状。

需要注意的是，对于已经不发热或症状逐渐减轻，且整体状况良好的患儿，再进行抗病毒治疗的话，对症状的改善与病程的缩短作用不大，还可能出现不良反应，如奥司他韦可导致恶心、呕吐、头痛、皮疹、精神错乱等不良反应。总体来说，奥司他韦仅对甲型、乙型流感有效，对普通感冒无效。此外，奥司他韦仅在服药期间对预防流感有效，停止服药则起不到预防作用。

李丽提醒，退热1天-2天后又出现发热、咳嗽加重等症状的患儿，应及时去医院就诊，由医生判断症状加重是由病毒引起的还是由细菌感染引起的，再选择正确方法治疗。



高新区人民医院新邻里院区主任李丽娟

在口服中药基础上，可用小儿推拿等进行辅助

2

李丽娟表示，高热是甲流主要表现，体温可达39℃-40℃，并伴有畏寒、头痛、全身肌肉酸痛、乏力、食欲减退等症状，呼吸道症状有流鼻涕、鼻塞、打喷嚏、咳嗽等。中草药抗甲流病毒主要有两条途径：一是直接灭活或抑制病毒；二是通过调节人体免疫功能间接抗病毒。在辨证口服中药治疗基础上，小儿推拿、穴位贴敷、拔罐、中药足浴、佩戴防感冒香囊等中医疗特色疗法，效果显著。

小儿推拿疗法。可以有效调和阴阳、疏通经络、调整脏腑，增加机体的免疫力，提高机体的防病和抗病能力。

穴位贴敷疗法和拔罐疗法。穴位贴敷疗法可通过皮肤组织对药物有效成分的吸收，发挥药理

效应。中药贴敷的种类有感冒贴、退热贴、咳嗽贴、止痛贴等。拔罐疗法有清热解毒、调整人体阴阳平衡、增强体质的功能。

中药足浴疗法。人体各脏腑在足部均有相应的穴位，中药足浴可使全身气血流通，改善循环。家长可以将荆芥、羌活等中药熬成药水给孩子泡脚，利用热水的辅助，使中药渗透进皮肤并被吸收。

春季是传染病高发季，佩戴香囊可以起到驱邪解毒的作用。香囊里的中药散发出浓郁的香味，可以通过呼吸道进入人体，调节机体的免疫系统，对多种致病菌有抑制生长的作用。所以，佩戴香囊有一定的预防疾病和辅助治疗的作用。

孕产妇如何应对甲流

孕产妇作为重点群体，该怎么应对甲流？3月12日，记者采访了潍坊市妇幼保健院产五科主任刘兰玉。

如何确诊孕产妇得了甲流？

主要根据流行病学、临床表现和病原学检测来诊断。如果孕产妇有明确的接触史、又有明显的临床症状，需要到医院进行病毒核酸检测或血清学检测进一步确诊。

出现哪些症状需要住院治疗？

流感分为三种，即普通流感、重型流感和危重型流感。普通流感多呈自限性，一般不需要住院治疗，但重型和危重型流感需要住院。妊娠中晚期、分娩或流产后2周内的确诊或疑似流感的孕产妇，发生重型流感的风险更高。出现以下情况，须住院治疗：

- 体温>39℃，持续>3天，伴有明显全身毒血症；
- 胸痛，剧烈咳嗽并伴有脓痰、血痰；
- 呼吸频率快，气急或呼吸困难，口唇发绀；
- 合并肺炎或影像学检查有肺炎征象；
- 严重呕吐、腹泻，出现脱水表现；
- 神志改变，如反应迟钝、嗜睡、躁动、惊厥等；
- 心肌酶谱值（如肌酸激酶值、肌酸激酶同工酶值等）明显增高；
- 心电图明显异常；
- 原有基础疾病明显加重；
- 妊娠异常变化，如胎动减少或消失、异常宫缩、腹部绞痛、阴道流血等。

如何预防？感染后如何治疗？

预防措施：

首先，孕产妇属于高危人群，是重点预防对象，建议每年接种流感疫苗，降低罹患流感 and 发生严重并发症的风险。

其次，做好日常防护，保持良好的个人习惯：

- 均衡营养、多饮水、充足睡眠、注意保暖，增强体质和免疫力；
- 勤洗手、勤通风，保持环境清洁；
- 少去人群密集场所活动，避免接触呼吸道感染患者；
- 保持良好的呼吸道卫生习惯；
- 出现呼吸道感染症状应居家休息，重症患者及早就医。

治疗措施：

抗病毒治疗主要针对重症患者和高危人群，普通流感症状较轻，大多数是自限性，对于低风险人群，只需要对症治疗就可以。

孕产妇在感染甲流后建议尽快使用抗病毒药物，与疑似或确诊甲型流感感染者（症状发作前1天至发热症状消退后24小时内）密切接触后，建议预防性应用抗病毒药物。

现在常用的处方类抗病毒药物有口服的奥司他韦，吸入药物扎那米韦，静脉用药帕拉米韦，还有玛巴洛沙韦。以上药物都需要在医生的指导下使用，不建议自行购药和用药。

本版文/潍坊日报社全媒体记者 王路欣

专业回收冬虫夏草参茸阿胶名贵细药

—18753681631—